FRIGO *WEEKLY 179*
INGREDIENTE

Tanca
Champagne Tanca Cuvée Josephine Fortis è un bianco dal colore oro chiaro, luminoso e dal perlage fine e persistente. Al naso emergono note di limone, mela verde, pesca gialla e frutta secca. Al palato è fresco, cremoso e armonioso, con un'acidità elegante e un finale lungo e fruttato.

> ***A quelli che pensano di darmela a bere vorrei dire che va benissimo… bella ghiacciata e con una fettina di limone***
>
> ***LUCAMAGNO, TWITTER***

Polenghi
Acti Lemon è il mix ideale di succo di limone e zenzero biologici, in cinque pratiche monodosi de versare in acqua e bere per il benessere quotidiano. Senza conservanti, fresco e purificante aiuta a depurare l'organismo, stimolando il metabolismo e donando energia.

CONSIGLIO ECO *Il limone è un ottimo alleato per le pulizie ecologiche, ideale per sgrassare, deodorare e rimuovere macchie grazie alla sua acidità.*

www.alezionedisostenibilita.it

LE 8 COSE CHE FORSE NON SAI DEL LIMONE

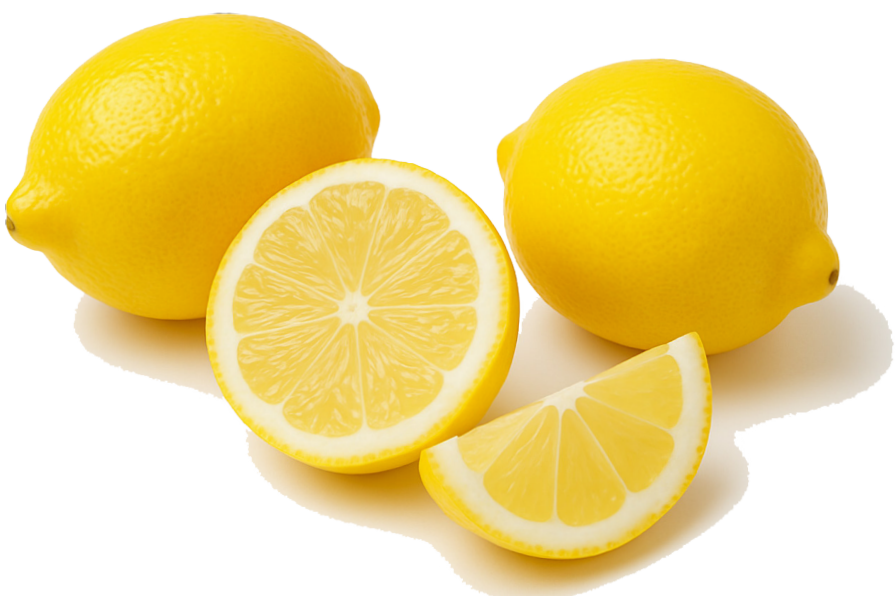
Con l'arrivo del freddo e del "winter blues", il limone diventa un alleato naturale del benessere. Ricco di vitamina C, polifenoli e flavonoidi, rafforza le difese immunitarie e migliora l'umore. Il nutrizionista Luca Piretta consiglia di iniziare la giornata con acqua e limone, bere tisane o acqua aromatizzata per mantenere l'idratazione e preparare uno sciroppo "fai da te" con miele e limone per il mal di gola. Polenghi propone ActiLemon, mix bio di limone e zenzero, ideale per affrontare la stagione fredda con energia e vitalità.

ALLEATO DEL BUON UMORE

Secondo la scienza, il consumo regolare di succo di limone favorisce ottimismo, autostima e riduce lo stress psicologico e i sintomi depressivi.

DIFESA NATURALE CONTRO I MALANNI

Il limone, grazie a vitamina C e flavonoidi, contribuisce a rafforzare le mucose e il sistema immunitario, prevenendo infezioni stagionali.



EFFETTO ANTISTRESS NATURALE

L'aroma del limone è riconosciuto come un calmante naturale, capace di migliorare l'umore e ridurre tensioni mentali.

DRATAZIONE PIÙ PIACEVOLE

Aromatizzare l'acqua con succo di limone stimola a bere di più, utile soprattutto in inverno quando la sensazione di sete diminuisce.

MEGLIO AL MATTINO E A DIGIUNO

Bere acqua tiepida con succo di limone al risveglio favorisce l'assorbimento dei nutrienti e aiuta a stimolare il metabolismo.

FONTE PREZIOSA DI VITAMINA C

Il succo di due limoni freschi fornisce circa 43 mg di vitamina C, quasi metà del fabbisogno giornaliero raccomandato.

RIMEDIO NATURALE PER IL MAL DI GOLA

Un mix di succo di limone fresco e miele biologico crea uno sciroppo lenitivo che riduce infiammazione e irritazione delle mucose.

SINERGIA TRA MIELE E LIMONE

I polifenoli e flavonoidi del limone abbassano i marcatori infiammatori, mentre il miele protegge e calma la gola, potenziando l'effetto benefico..